



本校
ホームページ
QRコード

いいスタートはきれましたか



【始業式から約ひと月たちます…】



学校横の桜の木々も、きれいな緑色の葉でうめつくされています。昔から『緑色は目に優しい』と聞きます。機会があれば、休み時間にたとえ短い時間でもよいので、眺めてみてはどうでしょうか。

この4月は、一日の寒暖差を感じる事が多く、体調管理にも気をつかうことも多かったと思います。

特に、1年生の皆さんにとっては、日々の生活《環境・仲間など》が大きく変わり、加えて緊張感もあったことから『疲れ』を感じた人もいたことでしょう。もちろん、上級生のなかにも、同じように感じた人はいたと思います。

これから、ゴールデンウィークと言われる連休に入ります。休日のなかで、自分の時間があれば、リラックスする時間も確保して、心身のリフレッシュを図っていけるといいと思います。

心身を休めるためとはいえ、ただ寝るだけ…は、あまりお勧めしません。散歩などの軽運動を行うことで、より休息の効果が高まると聞きます。また、先ほど伝えたように遠くの景色を眺めることなども、リラックスの効果にもつながるようです。《散歩をする場合は、交通安全に気をつけて行ってください。》試してみてください。

もう一つ、『自分の時間』をつくる際には、<■時まで>など、時間を決めておくことが大切です。『いつまでも、ダラダラと…』とならないよう、心に決めて取り組んでください。

これからの季節は『熱中症』も心配される所です。暑さに体が慣れていないことから、それほど気温が高なくても体調に影響する場合があります。活動（行動）内容

に応じて、適切に水分補給をするなどして、熱中症を予防していきましょう。



4月の学習の振り返りを

上級生のなかには、これまでの定期テストなどの経験から、自分なりの学習の仕方を身に着けている人がいると思います。一方、『どうやって勉強すればいいか…』など、自分の学習の進め方に迷いがある人もいます。



私は、『一番効果的な勉強の仕方はこれしかない!』という方法はないと思っています。もし、そのような方法があれば、すでに多くの人を知っているはず。

『学問に王道なし』という言葉があります。これは、学問を習得するのに簡単で楽な近道はなく、地道な努力と基礎の積み重ねが必要であるという意味になります。連休中の時間を使って、4月の学習内容の見直しなども行っていけるといいでしょう。

★ 1学期の中間テストは実施しません。各教科において単元テストなどを実施します。

1学期期末テストは6月17日(水)～19日(金)に実施予定です。

1年生のなかには、定期テスト(中間や期末テスト)に不安を感じる人がいるかもしれませんが、まず、テストの範囲が示され、その範囲の勉強を中心に自分で計画を立て、自主的に勉強していくことになります。そして、テスト当日をむかえます。

テスト期間はテスト前の一週間あり、この間、部活動は停止となりますが、この期間だけで一気に勉強しても、学習した内容はなかなか身につかないと思います。

また、学習状況をj確認するなどのためワーク等を提出する場合があります。テスト期間の一週間だけでは、十分にj取りj組jめjまjせん。

やはり、『その日の授業内容を整理(振り返り)しながら、日々コツコツと勉強してい



く』ことが、このテスト期間を有効に活用することにつながります。

新年度、まだスタートしたところです。これまで学習した内容は、しっかりとjおjさjえてjおjきたいjですjねj。

ゴールデンウィークは、学習に取り組む絶好の時間になります。「よい準備には、よい結果」がついてきます! 初心をj忘jれjずj、jみjなjさんj、jがjんjぼjっjてj!!

自転車通学等「安全確認」



- ・自転車は1列で走行します! 2列3列で並走しません!!
- ・人や車の近く、曲がり角ではスピードを落とし、「止まれ」の交差点では一旦停止します!
- ・通学以外での自転車利用時にもヘルメットを着用しましょう!